

だいじょうぶ？

「肥満症」の診断と治療

日本では、体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)より算出される数値BMI (Body Mass Index) が、25以上の時「肥満」と判定されます。さらに「肥満」であり、かつ肥満によって起こる11種の健康障害(肥満関連疾患)、具体的には糖尿病、高血圧、脂質異常症、睡眠時無呼吸症候群、高尿酸血症・痛風、変形性関節症などの運動器疾患、脳梗塞、心筋梗塞・狭心症、月経異常・妊娠合併症、脂肪肝、慢性腎臓病の内、少なくとも1つ以上に該当するか、あるいは腹部CT断面像で内蔵脂肪面積が100cm²を超える内蔵脂肪蓄積型肥満の場合に「肥満症」と診断されます。

「肥満症」は治療が必要な病気です。内蔵脂肪を減らすと肥満関連疾患は改善するため、体重を減らすことが重要です。肥満症の治療の基本は、生活習慣の改善としての食事療法、運動療法、行動療法です。行動療法は自分の食行動を振り返り、食生活の問題点を改善することです。外科手術もあります。さらに、現在糖尿病の治療

姫路市医師会
スポーツ医学
委員会

穂 積 俊 樹



薬として使用されている注射薬 (GLP-1受容体作動薬) が肥満症治療薬として日本でも製造・販売が承認されました。この薬は脳の食欲中枢に作用して食欲をおさえ、さらに胃の動きもおさえて満腹感を高めることで、食事を減らさせて体重を減少させる効果があります。この薬剤が適応になるのは高血圧、脂質異常症、2型糖尿病のいずれかを有し、食事療法・運動療法を行っても十分効果が得られない方で、かつBMIが27以上で、高血圧、脂質異常症、2型糖尿病も含めて2つ以上の肥満によって起こる健康障害(前記)を有する場合か、あるいはBMIが35以上の場合です。肥満症治療の新たな選択肢となるのではないかと期待しております。最近、肥満は遺伝要因でもおこり、社会的要因とも関連していると言われてきております。肥満症について研究も進歩し、新たな治療法が開発されてきています。適切な治療による減量によって、肥満による健康障害を改善していきたいものです。